



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

Elaborado por: MAYRA YAMILET MUÑOZ SAUCEDO	Firma: 
Cargo: JEFE DE RECURSOS HUMANOS	
Fecha: 21/09/2021	
Revisado por GALO VALDIVIEZO ESPINOZA	Firma: 
Cargo: Gerente de Operaciones	
Fecha: 25/09/2021	
Aprobado por: YUDITH MAGALI POSTILLON FLORES	Firma:  RUNA HUANAC YUDITH MAGALI POSTILLON FLORES RUC: 10435877198 REPRESENTANTE LEGAL
Cargo: Gerente General	
Fecha: 29/09/2021	



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

INDICE

- I. DISPOSICIONES GENERALES
- II. RESUMEN EJECUTIVO
- III. OBJETIVOS Y ALCANCES
 - A. OBJETIVOS
 - B. ALCANCE
- IV. LIDERAZGO, COMPROMISO Y LA POLITICA DE SEGURIDAD Y SALUD
 - A. LIDERAZGO Y COMPROMISO
 - B. NUESTRA POLÍTICA DE SALUD, SEGURIDAD Y MEDIO AMBIENTE
- V. ATRIBUCIONES Y OBLIGACIONES
 - A. FUNCIONES Y RESPONSABILIDADES
 - B. ORGANIZACIÓN INTERNA DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO
 - C. IMPLEMENTACIÓN DE REGISTROS Y DOCUMENTACIÓN DEL SISTEMA DE GESTIÓN
 - D. FUNCIONES Y RESPONSABILIDADES DE LA EMPRESAS QUE BRINDAN SERVICIOS
- VI. ESTÁNDARES DE SEGURIDAD Y SALUD EN LAS OPERACIONES O PROCESOS
 - A. SEGURIDAD EN EL PROCESO DE PRODUCCION
 - B. ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL
 - C. HIGIENE DE LOCALES
- VII. ESTÁNDARES DE SEGURIDAD Y SALUD EN LOS SERVICIOS Y ACTIVIDADES CONEXAS
 - A. MANTENIMIENTO Y REPARACION
 - B. OTRAS MEDIDAS DE SEGURIDAD
- VIII. ESTÁNDARES DE CONTROL DE LOS PELIGROS EXISTENTES Y RIESGOS EVALUADOS
 - A. INSTALACIONES CIVILES
 - B. SERVICIOS HIGIÉNICOS.



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

- C. RESGUARDO DE MAQUINAS Y EQUIPOS
- D. PELIGROS DERIVADOS DEL USO DE CORRIENTE ELECTRICA
- E. ACCIDENTES DE TRABAJO
- F. ENFERMEDADES OCUPACIONALES.
- G. SERVICIOS DE SALUD PREVENTIVA EN EL TRABAJO.

IX. PREPARACIÓN Y RESPUESTA PARA CASOS DE EMERGENCIA

- A. PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN CONTRA INCENDIOS
- B. SITUACIONES RIESGOSAS NO CONTROLABLES.
- C. SISTEMAS DE ALARMA Y SIMULACROS DE INCENDIO
- D. DISPOSICION DE RESIDUOS
- E. AVISOS Y SEÑALES DE SEGURIDAD
- F. PRIMEROS AUXILIOS



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

I. DISPOSICIONES GENERALES

Se entiende por Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo, al conjunto de normas de orden técnico, legal y social, cuyo fin es la protección del trabajador, la prevención de incidentes en sus operaciones enmarcados en la política de seguridad y salud en el trabajo.

El presente reglamento se basa en las siguientes disposiciones legales:

- a) Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo, Ley N° 29783
- b) DS-005-2012-TR Reglamento de la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo
- c) RM-312-2011 MINSA Protocolo de exámenes médicos ocupacionales
- d) RM-050-2013-TR Formatos referenciales del Ministerio de Trabajo

II. RESUMEN EJECUTIVO

RUNA HUANAC es una empresa con gran experiencia en Servicios de Alimentación, Lavandería, Limpieza y Servicios Generales. Aperturando operaciones en Perú, con expectativa de contar con un grupo humano especializado, responsable, comprometido en brindar un servicio de calidad.

Las materias primas utilizadas y propias de la actividad económica de RUNA HUANAC , son las siguientes:

Alimentos

- Perecederos: Carnes: rojas, blancas, pescados y mariscos, derivados lácteos, frutas, verduras.
- No Perecederos: víveres, abarrotes.
- Bebidas: lácteos, gaseosas, agua potable

Productos de aseo, limpieza y desinfección

Jabones, detergentes, desinfectantes, productos clorados, insecticidas, limpiavidrios.

Equipos y herramientas



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

Cocina: Plancha para asar, estufas, cuartos Fríos, congeladores, freidora, licuadora Industrial, horno, horno Combi.

Comedor: mesas calientes, mesas y sillas, lencería, menaje, cafetera, tostadora, Utensilios y menaje de cafetería, horno Microondas, barra de Ensaladas, dispensador de helados, dispensador de jugos, neveras.

Alojamiento: camas, mesas, colchones, lencería, dotación de baño, televisores, Lámparas, sillas.

III. OBJETIVOS Y ALCANCES

A. OBJETIVOS

- a. Establecer una guía organizacional que permita a la Empresa desarrollar su actividad bajo parámetros de reconocimiento universal para que su actividad pueda desarrollarse y ubicarse en todo espacio y oportunidad.
- b. Garantizar las condiciones de seguridad y salvaguardar la vida, integridad física y el bienestar de los trabajadores, mediante la prevención de los accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales.
- c. Promover una cultura de prevención de riesgos laborales en los trabajadores, contratistas, proveedores y todos aquellos que presenten servicios en relación a la empresa, con el fin de garantizar las condiciones de seguridad y salud en el trabajo.
- d. Propiciar el mejoramiento continuo de las condiciones de seguridad, salud y medio ambiente de trabajo, a fin de evitar y prevenir daños a la salud, a las instalaciones o a los procesos, en las diferentes actividades ejecutadas facilitando la identificación de los riesgos existentes, su evaluación, control y corrección.
- e. Estimular y fomentar un mayor desarrollo de la conciencia de prevención
- f. A todos los trabajadores, proveedores y contratistas.

B. ALCANCE

El alcance de este Reglamento se aplica a todas las actividades, servicios y procesos que desarrolla la empresa, en todos sus proyectos a nivel nacional. EL Reglamento establece las funciones y responsabilidades que con relación a la seguridad y salud en el trabajo deben cumplir obligatoriamente todos los trabajadores, los contratistas, proveedores, visitantes y otros cuando se encuentren en nuestras instalaciones.



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

IV. LIDERAZGO, COMPROMISO Y LA POLITICA DE SEGURIDAD Y SALUD

A.LIDERAZGO Y COMPROMISO

La Gerencia se compromete a

- Asegurar el establecimiento, implantación y mantenimiento de los procesos necesarios para el funcionamiento del sistema de seguridad y salud ocupacional.
- Asegurar que la organización tenga como objetivo la satisfacción de las necesidades y expectativas del cliente interno y externo y se refleje en su trabajo
- Asignar los recursos necesarios, para la implementación, mantenimiento y mejoramiento del sistema de gestión en seguridad y salud ocupacional.
- Asumir la responsabilidad de la prevención de accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales, fomentando el compromiso de cada trabajador mediante el estricto cumplimiento de disposiciones que contiene el presente Reglamento.
- Proveer los recursos necesarios para mantener un ambiente de trabajo seguro y saludable.
- Establecer programas de seguridad y salud en el trabajo definidos y medir el desempeño en la seguridad y salud, llevando a cabo las mejoras que se justifiquen.
- Operar en concordancia con las prácticas aceptables de la industria, y con pleno cumplimiento de las leyes y reglamentos de seguridad y salud en el trabajo.
- Investigar las causas de accidentes de trabajo, enfermedades profesionales e incidentes y desarrollar acciones preventivas en forma efectiva.
- Fomentar una cultura de prevención de los riesgos laborales para lo cual se inducirá, entrenará, capacitará y formará a sus trabajadores en el desempeño seguro y productivo de sus trabajos.
- Mantener un alto nivel de alistamiento para actuar en casos de emergencia, promoviendo su integración con el Sistema Nacional de Defensa Civil.
- Exigir que los proveedores y contratistas cumplan con todas las normas aplicables de seguridad y salud en el trabajo.

B. NUESTRA POLÍTICA DE SALUD, SEGURIDAD Y MEDIO AMBIENTE

RUNA HUANAC , considera a la Seguridad, Salud y Medio Ambiente como elementos prioritarios en su Gestión, contando con el compromiso y la participación activa de todo el personal. Comprometiéndose a que los objetivos y metas establecidos son alcanzados mediante la implementación de Programas y planes orientados hacia la mejora continua, basándose en los principios fundamentales que se indican a continuación:

- 1.- Promover que sus trabajadores conozcan sus derechos y responsabilidad respecto a salud, prevención de pérdidas y medio ambiente, en conformidad a legislación vigente y procedimientos internos.
- 2.- Velar que sus actividades se desarrollen en general de manera segura y responsable, fiscalizándola de manera continua y permanente a través de auditorías internas y



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

externas, proponiendo el mejoramiento continuo en protección de la salud, prevención de pérdidas y medio ambiente.

3.- Implementar sistemas de gestión de riesgo y medio ambiente que permitan mejorar nuestro desempeño, mantener y aumentar nuestra productividad, previniendo y mitigando la contaminación ambiental en cada uno de nuestros procesos.

4.-Promover el conocimiento y adhesión de esta política por parte de los trabajadores.

V. ATRIBUCIONES Y OBLIGACIONES

A. FUNCIONES Y RESPONSABILIDADES

1. La Empresa asume su responsabilidad en la organización del sistema de gestión en seguridad y salud en el trabajo; y, garantiza el cumplimiento de todas las obligaciones en seguridad y salud en el trabajo, establecidos en el Reglamento de Seguridad y Salud en el Trabajo, para lo cual:

- a. La empresa es responsable de la prevención y conservación del local de trabajo asegurando de que esté construido, equipado y dirigido de manera que suministre una adecuada protección a los trabajadores, contra accidentes que afecten su vida, salud e integridad física.
- b. La empresa instruye a sus trabajadores respecto a los riesgos a que se encuentren expuestos en las labores que realizan, adoptando las medidas necesarias para evitar accidentes o enfermedades ocupacionales.
- c. La empresa desarrolla acciones de sensibilización, capacitación y entrenamiento destinados a promover el cumplimiento por los trabajadores de la normas de seguridad y salud en el trabajo.
- d. La empresa proporciona a sus trabajadores de los equipos de protección personal de acuerdo a la actividad que realicen y dotará a la maquinaria de resguardos y dispositivos de control necesarios para evitar accidentes.
- e. La empresa promueve en todos los niveles una cultura de prevención de los riesgos en el trabajo.
- f. Da facilidades y estimula al Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo, (o Supervisor de Seguridad y Salud en el Trabajo) para el cumplimiento de sus funciones.
- g. Implementa las recomendaciones del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo (o Supervisor de Seguridad y Salud en el Trabajo).

2. Todos los trabajadores de la empresa cualquiera sea su relación laboral (incluyendo de contratistas, de ser el caso) están obligados a cumplir las normas contenidas en este Reglamento y otras disposiciones complementarias. En ese sentido:

- a. Los trabajadores harán uso adecuado de todos los resguardos, dispositivos de seguridad y además medios suministrados de acuerdo con este Reglamento, para su



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

- protección o la de las personas y obedecerán todas las instrucciones de seguridad procedente o aprobada por la autoridad competente, relacionadas con el trabajo.
- b. Ningún trabajador intervendrá, cambiará, desplazará, dañará o destruirá los dispositivos de seguridad o aparatos destinados para su protección, o la de terceros, ni cambiará los métodos o procedimientos adoptados por la empresa.
 - c. Mantener orden y limpieza en todos los lugares y actividades.
 - d. Está prohibido jugar o hacer bromas durante la jornada de trabajo.
 - e. Bajo ninguna circunstancia trabajar bajo el efecto de alcohol o estupefacientes.
 - f. Participar en los simulacros que se programen en su punto de trabajo
 - g. Acatar las instrucciones que imparta el comité y la brigada de emergencias y participar en las actividades de capacitación que en el marco del plan se ejecuten.
 - h. Informar y reportar de inmediato los incidentes y accidentes a que se vean sometidos, así como las condiciones inseguras detectadas por ellos.
 - i. Colaborar y participar en la implantación y en el mantenimiento de las medidas de prevención de riesgos y de control de daños a la propiedad, al medio ambiente y a la comunidad que se adopten en la empresa.
 - j. Usar y mantener adecuadamente los dispositivos para control de riesgos y los equipos de protección personal y conservar el orden y aseo en los lugares de trabajo.
 - k. Debe conocer e identificar al coordinador general de emergencias, a los brigadistas y coordinadores de las brigadas
 - l. Conocer y aplicar la política de seguridad, salud ocupacional y medio ambiente.
 - m. Asistir y participar activamente en las charlas y capacitaciones de seguridad, salud ocupacional y medio ambiente.
 - n. Conocer y aplicar los procedimientos y los análisis de seguridad de cada tarea.
 - o. Reportar actos y condiciones Sub estándares que puedan generar accidentes de trabajo.
 - p. Usar los elementos de protección personal y verificar su uso y mantenimiento por parte de su personal
 - q. Utilizar los productos químicos con la dosificación recomendada.
 - r. Verificar que los recipientes de los productos químicos se encuentran debidamente rotulados.
 - s. Realizar recomendaciones y/o sugerencias para mejorar el desempeño de seguridad, salud ocupacional y medio ambiente.
 - t. Fomentar con su ejemplo la aplicación de las normas e instrucciones de seguridad, salud ocupacional y medio ambiente.

3. Estímulos, infracciones y sanciones

- a) Los colaboradores de RUNA HUANAC , que hayan contribuido en la mejora de la gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo recibirán estímulos, considerando los siguientes factores:
 - Cumplimiento de los Estándares de Seguridad y Salud en el Trabajo.
 - Número de Condiciones de riesgo e incidentes identificados y comunicados.
 - Identificación de las causas que originaron los incidentes.
 - Mayor número de alternativas de solución presentadas.

Recibirán estímulos a través de reconocimiento expreso del Comité Paritario, en cuanto al aporte en la gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

- b) Son infracciones al Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo los incumplimientos de las normas, dispositivos o estándares definidos en el presente reglamento. Todas las infracciones son objeto de sanción y se clasifican de acuerdo al tipo de incumplimiento y cantidad de trabajadores afectados, en leves, graves y muy graves según el reglamento interno de trabajo.
- c) Sanciones: Los infractores del presente Reglamento serán sancionados por la empresa de acuerdo a la gravedad de la falta, previa evaluación de la Gerencia de Personal.

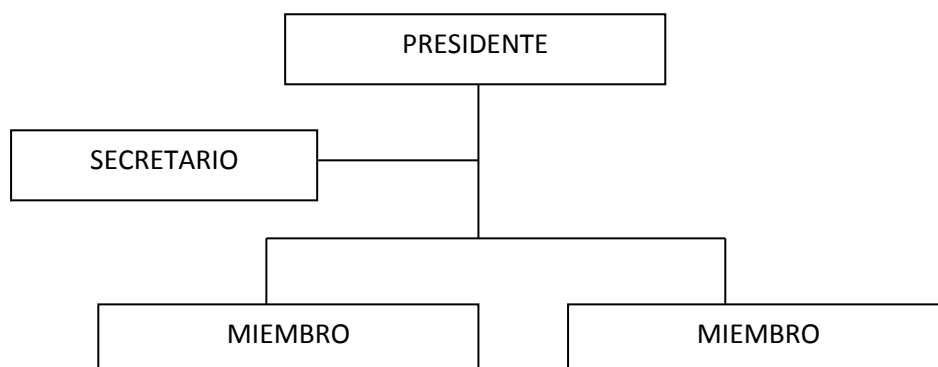
Las sanciones al personal de la empresa serán las siguientes:

- Amonestación verbal
- Amonestación escrita
- Suspensión
- Despido

B. Organigrama del Comité de seguridad y salud en el trabajo

El organigrama es la representación gráfica de la estructura orgánica del Comité de LA EMPRESA, servirá para el estudio y análisis de la organización en cuanto a la Seguridad y Salud en el Trabajo, así como para proveer e implementar los posibles cambios.

LA EMPRESA adoptara el siguiente organigrama para el Comité:



Conforme al organigrama establecido en el presente artículo, el comité de Seguridad y Salud en el Trabajo, estará conformado por:



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

- a) El presidente, quien actuara de nexo entre el Comité y la Gerencia de la EMPRESA. El presidente será el encargado de presidir y dirigir las reuniones del comité y facilitará la aplicación y vigencia de los acuerdos de este, canalizando el apoyo de la Dirección de la EMPRESA.
- b) El secretario, deberá ser miembro permanente del comité. Estará encargado de las labores administrativas en el Comité, como tener al día el libro de Actas y distribuir las copias correspondientes cuando el Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo sesione, será el nexo entre el presidente y los miembros.
- c) Miembros, aportarán iniciativas propias y/o del personal operativo, para ser tratadas en las reuniones y serán los encargados de fomentar y hacer cumplir las disposiciones y/o acuerdos tomados por el Comité de Seguridad y Salud.

FUNCIONES Y RESPONSABILIDADES DEL COMITE

- a) Conocer los documentos e informes relativos a las condiciones de trabajo que sean necesarios para el cumplimiento de sus funciones, así como los procedentes de la actividad del servicio de seguridad y salud en el trabajo.
- b) Aprobar el Reglamento Interno de Seguridad y Salud del empleador.
- c) Aprobar el Programa Anual de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- d) Conocer y aprobar la Programación Anual del Servicio de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- e) Participar en la elaboración, aprobación, puesta en práctica y evaluación de las políticas, planes y programas de promoción de la seguridad y salud en el trabajo, de la prevención de accidentes y enfermedades ocupacionales.
- f) Aprobar el plan anual de capacitación de los trabajadores sobre seguridad y salud en el trabajo.
- g) Promover que todos los nuevos trabajadores reciban una adecuada formación, instrucción y orientación sobre prevención de riesgos.
- h) Vigilar el cumplimiento de la legislación, las normas internas y las especificaciones técnicas del trabajo relacionadas con la seguridad y salud en el lugar de trabajo; así como, el Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- i) Asegurar que los trabajadores conozcan los reglamentos, instrucciones, especificaciones técnicas de trabajo, avisos y demás materiales escritos o gráficos relativos a la prevención de los riesgos en el lugar de trabajo.
- j) Promover el compromiso, la colaboración y la participación activa de todos los trabajadores en la prevención de los riesgos del trabajo, mediante la comunicación eficaz, la participación de los trabajadores en la solución de los problemas de seguridad, la inducción, la capacitación, el entrenamiento, concursos, simulacros, entre otros.
- k) Realizar inspecciones periódicas en las áreas administrativas, áreas operativas, instalaciones, maquinaria y equipos, a fin de reforzar la gestión preventiva.



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

- l) Considerar las circunstancias e investigar las causas de todos los incidentes, accidentes y de las enfermedades ocupacionales que ocurran en el lugar de trabajo, emitiendo las recomendaciones respectivas para evitar la repetición de éstos.
- m) Verificar el cumplimiento y eficacia de sus recomendaciones para evitar la repetición de los accidentes y la ocurrencia de enfermedades profesionales.
- n) Hacer recomendaciones apropiadas para el mejoramiento de las condiciones y el medio ambiente de trabajo, velar porque se lleven a cabo las medidas adoptadas y examinar su eficiencia.
- o) Analizar y emitir informes de las estadísticas de los incidentes, accidentes y enfermedades ocupacionales ocurridas en el lugar de trabajo, cuyo registro y evaluación deben ser constantemente actualizados por la unidad orgánica de seguridad y salud en el trabajo del empleador.
- p) Colaborar con los servicios médicos y de primeros auxilios.
- q) Supervisar los servicios de seguridad y salud en el trabajo y la asistencia y asesoramiento al empleador y al trabajador.
- r) Reportar a la máxima autoridad del empleador la siguiente información:
 - r.1) El accidente mortal o el incidente peligroso, de manera inmediata.
 - r.2) La investigación de cada accidente mortal y medidas correctivas adoptadas dentro de los diez (10) días de ocurrido.
 - r.3) Las estadísticas trimestrales de accidentes, incidentes y enfermedades ocupacionales.
 - r.4) Las actividades trimestrales del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- s) Llevar en el Libro de Actas el control del cumplimiento de los acuerdos, analizar y evaluar el avance de los objetivos establecidos en el programa anual, y en forma extraordinaria para analizar accidentes que revistan gravedad o cuando las circunstancias lo exijan.

C. IMPLEMENTACIÓN DE REGISTROS Y DOCUMENTACIÓN DEL SISTEMA DE GESTIÓN

- a) Para la evaluación del sistema de gestión y el seguimiento de las actividades la empresa deja evidencia de las actividades y eventos en los siguientes registros:
- b) Investigación de accidentes de trabajo con análisis de causa, acciones correctivas y preventivas a ser implementadas, lecciones aprendidas y su divulgación.
- c) Registro de Enfermedades Ocupacionales, análisis y plan de acción a tomar
- d) Registro de exámenes médicos ocupacionales de ingreso, periódicos y de egreso.
- e) Mediciones higiénicas de agentes físicos (temperatura) y factores de riesgo ergonómicos y las medidas de intervención.
- f) Inspecciones internas de seguridad y salud y calidad y los planes de acción implementados
- g) Estadísticas de seguridad y salud como accidentalidad, ausentismo, condiciones de salud.



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

- h) Registros de inducción, capacitación, entrenamiento y simulacros de Emergencia.

VI.- ESTÁNDARES DE SEGURIDAD Y SALUD EN LAS OPERACIONES O PROCESOS

A. SEGURIDAD EN EL PROCESO DE PRODUCCION

En RUNA HUANAC se ha implementado el procedimiento “Identificación de peligros, evaluación y control de riesgos” de las actividades, productos y servicios, los cuales están consignados en la “Matriz IPER de Análisis de riesgos”. El procedimiento se basa en una Matriz de Pérdida Potencial, donde el Riesgo = Probabilidad * Consecuencia. Las medidas de control existentes son:

- a) Buenas prácticas de Manufactura en los procesos de recepción, almacenamiento de materias primas, preparación de alimentos y servicio a la mesa.
- b) Programa de entrenamiento en buenos hábitos higiénicos, programa de orden y aseo, Plan de saneamiento, uso de EPP, de acuerdo a los peligros identificados en la operación (cofias, tapa bocas, calzado, botas con puntera, polo, casaca, guantes para manipulación de químicos, manipulación de cárnicos), procedimientos operativos seguros.
- c) En las áreas de alojamiento y aseo se desarrollan procedimientos seguros que garanticen prestar un servicio de calidad y confiabilidad.
- d) Desarrollo de procedimiento para lograr la operación segura y eficiente de plantas de agua y manejo de residuos orgánicos, dando cumplimiento a las normas ambientales
- e) Programa de manejo de productos químicos

B. ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL

En RUNA HUANAC se cuenta con procedimiento normalizado y estándares para asegurar que el personal cuente con los elementos de protección personal en todo momento, dentro del formato Matriz de EPP se puede identificar el tipo de elemento de protección que debe usar trabajador de acuerdo a la tarea a desarrollar. Toda entrega queda registrada en un formato de que permite evidenciar el cumplimiento.

En cada área de trabajo se realizan inspecciones para asegurar que los elementos de protección personal sean usados de manera adecuada, verificar la adaptación del trabajador y la eficiencia de dicho elemento.

C. HIGIENE DE LOCALES



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

Condiciones ambientales

- a) La temperatura en todas las instalaciones de la empresa se mantendrá durante las horas de labor a un nivel que no sea perjudicial para la salud de los trabajadores ya sea por medios naturales o artificiales, debiendo evitarse el estrés térmico.
- b) En los locales de trabajos cerrados, se mantendrán por medios naturales y/o artificiales, condiciones atmosféricas adecuadas para evitar el insuficiente suministro de aire, el aire viciado y las corrientes dañinas.
- c) Dentro de la identificación de peligros y la calificación de riesgos se evidencia la exposición del personal a temperaturas e iluminación, que pueden llegar a afectar las condiciones de salud de los trabajadores. Para tal fin Catering de los Andes desarrolla espacios y tiempos de adaptación y aclimatación, mantiene hidratación permanente en las áreas de trabajo y proporciona los elementos de protección necesarios.
- d) Si las mediciones higiénicas de estos agentes sugieren cambio de instalaciones o equipos, se tendrá en consideración para controlar los peligros desde la fuente.
- e) Los pisos se construirán con materiales impermeables, adsorbentes, lavables y antideslizantes, no deben tener grietas y serán fáciles de limpiar y desinfectar.
- f) Según sea el caso, se les dará una pendiente suficiente para que los líquidos escurran hacia los sumideros.
- g) Las paredes deben ser de materiales impermeables, adsorbentes y lavables y serán de color claro. Deben ser lisas, sin grietas y fáciles de limpiar y desinfectar. Se mantendrán en buen estado de conservación e higiene. Cuando corresponda, los ángulos entre las paredes y los pisos deben ser abovedados para facilitar la limpieza.
- h) Los techos deben construirse y acabarse de manera que se impida la acumulación de suciedad y ser fáciles de limpiar.
- i) Las ventanas y otras aberturas deben construirse de manera que se evite la acumulación de suciedad y estarán provistas de protección contra insectos u otros animales. También deben desmontarse fácilmente para su limpieza y buena conservación.
- j) Las puertas deben ser de superficie lisa e adsorbente, además de tener cierre automático en los ambientes donde se preparan alimentos.
- k) La existencia de pasadizos exige que éstos tengan una amplitud proporcional al número de personas que transiten por ellos y en ningún caso deben ser utilizados como áreas para el almacenamiento.

Iluminación

- a) Los Centros de Trabajo deberán contar con la iluminación adecuada para el desarrollo de las actividades. Cuando la iluminación natural no es suficiente se proveerá de luz artificial de acuerdo a las normas con un mínimo de luces de conformidad al ambiente o actividad que desarrolle.
- b) En todos los lugares de tránsito de trabajo habrá iluminación de tipo natural, artificial o mixta apropiada a las actividades que dentro del sistema ejecuta la empresa. De preferencia se empleará la iluminación natural y se intensificará con iluminación artificial en las máquinas, escaleras, salidas de urgencia y lugares.
- c) Utilizar al máximo la luz natural, que ingresa a través de ventanales, los cuales deben permanecer limpios y libres de obstáculos. Regule el ingreso excesivo de luz mediante persianas o cortinas.



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

- d) En las zonas, áreas o secciones de trabajo que no cuenten con iluminación natural o ésta sea insuficiente, se empleará iluminación artificial adecuada.
- e) Las luminarias deberán suministrar una distribución uniforme, llevarán rejillas ó pantallas difusoras para evitar el deslumbramiento.
- f) Emplear colores claros para las paredes y techos cuando se requieran mayores niveles de iluminación, estos permiten un ambiente mejor iluminado sin aumentar el número de lámparas.
- g) Combinar la luz natural con la luz artificial para mejorar las condiciones de iluminación en el puesto de trabajo.
- h) No utilice materiales o pinturas cuyos acabados causen reflejos o brillos (pared blanca brillante, metal, plástico o cristal), a fin de prevenir el deslumbramiento molesto

Alumbrado de emergencia

Deberá contarse con una fuente de alumbrado de emergencia en cada una del área, mediante un generador independiente, batería de acumuladores u otro medio apropiado

Red de Agua y Desagüe

La red de agua y desagüe deberá cumplir con lo siguiente:

- a) La empresa garantizará el suministro de agua potable, para ser utilizado tanto en la limpieza y aseo de sus trabajadores.
- b) Para el caso de la oficina principal, los desagües domésticos son dispuestos a la red pública municipal. En los puntos operativos esta responsabilidad le corresponde al cliente y si es necesario los trata a niveles ambientalmente compatibles con el medio.

Limpieza de lugares de trabajo

La limpieza de los lugares de trabajo se hace como sigue:

- a) Los accesos y ambientes de la empresa deben mantenerse limpios; los desperdicios, materiales inflamables y combustibles deben depositarse en recipientes y lugares apropiados y expresamente acondicionados y, se debe evitar las concentraciones de gases, humo, polvo y humedad.
- b) La empresa realizará inspecciones periódicas para verificar el orden, limpieza, y cumplimiento de las disposiciones internas sobre procedimientos específicos establecidos de las diversas operaciones que se realicen en sus instalaciones.
- c) El personal de limpieza colocará letreros de advertencia en las zonas en donde se está realizando las actividades de limpieza.



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

- d) Limpieza de mantenimiento de paredes, techos, pisos, lunas de ventanas, etc., se efectuará periódicamente.
- e) Está prohibido arrojar basura al suelo.
- f) Los residuos y basuras son dispuestos en recipientes que cumplen con las normas de disposición y clasificación de residuos.
- g) El personal de limpieza realizará su labor utilizando los equipos de protección personal correspondiente como: guantes, calzado antideslizante, ropa de trabajo máscara.
- h) La limpieza en los ambientes de trabajo deberá realizarse, de preferencia, fuera de las horas de trabajo. Cuando el trabajo sea continuo se deberá realizar la limpieza en las horas en que se encuentre el menor número de trabajadores.
- i) Las operaciones de limpieza deberán realizarse con el mayor cuidado y esmero, disponiendo las medidas que permitan garantizar la inocuidad de los alimentos y desinfección de áreas.
- j) Deberá cuidarse especialmente que el piso no esté encharcado y se mantenga limpio, evitando que exista aceite, grasa y otros cuerpos que lo hagan resbaladizo y que obstruyéndolas representen una condición de peligro.
- k) Se deberá mantener los lugares de trabajo limpios y libres de residuos deshechos que fueran susceptibles de originar riesgo, infecciones que van en perjuicio de la integridad física y salud del trabajador, sometiéndose a control previ6.

Sustancias peligrosas y ofensivas

En el desarrollo de las actividades de RUNA HUANAC est6 involucrado el uso de productos qu6micos, especialmente para las actividades de aseo y desinfecci6n de alimentos, utensilios, 6reas y dem6s. Estos productos son de uso com6n y baja peligrosidad, sin embargo se ejerce un control importante en la exposici6n de los trabajadores. Se cuenta con programa de Manejo Adecuado de productos qu6micos que involucra las MSDS de los productos y el conocimiento de las mismas por parte del personal, el uso de los elementos de protecci6n personal, implementaci6n del sistema de identificaci6n NFPA y la capacitaci6n continua, esto permite asegurar el correcto uso de estas sustancias.

VII.- EST6NDARES DE SEGURIDAD Y SALUD EN LOS SERVICIOS Y ACTIVIDADES CONEXAS

A. MANTENIMIENTO Y REPARACION

Del Almac6n de Fr6o

En los equipos de refrigeraci6n, la temperatura debe calcularse seg6n el tama6o y cantidad de alimento almacenado, de tal manera que el alimento tenga una temperatura menor a 5° C al centro de cada pieza.

En caso de conservar alimentos congelados, el establecimiento debe contar con equipos de congelaci6n para que los alimentos tengan una temperatura de -18° C al centro de cada pieza. Los alimentos que se reciben congelados deben almacenarse congelados.



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

Los equipos de frío deben estar dotados de termómetros, colocados en un lugar visible y ser calibrados periódicamente. Las temperaturas de estos equipos deben ser registradas diariamente como parte del control.

B. OTRAS MEDIDAS DE SEGURIDAD

Mantenimiento de equipos e instalaciones

- a) Cuando se realice el mantenimiento de cualquier equipo de la empresa, cumplir con los procedimientos operativos y deberá señalizar el área indicando que el equipo que se encuentra en reparación, fecha, nombre del responsable de la actividad de mantenimiento.
- b) Para las obras de mantenimiento o reparación de un edificio o estructura que no puedan efectuarse con seguridad desde una escalera portátil o plataforma, se utilizará cuando sea necesario andamiaje, plataformas de trabajo entablado, escalerillas y demás construcciones fijas provisionales, adecuadas y seguras.
- c) Se tomarán las medidas de seguridad necesarias para proteger a las personas empleadas en trabajos de reparación o conservación de los edificios o estructuras de la maquinaria en movimiento, cerca de la cual trabajen.

Servicio de vigilancia

- a) Toda persona que ingrese o salga de las instalaciones de los puntos operativos portando maletas, maletines o paquetes, está obligado a mostrar el contenido del mismo al personal de vigilancia contratado por el cliente para tal fin, para verificar que no esté pasando productos peligrosos.
- b) Está terminantemente prohibido el ingreso de las personas en estado etílico o bajo la influencia de drogas o sustancias alucinógenas.
- c) Todo visitante está obligado a identificarse con su DNI, ante el personal de vigilancia, a su solicitud, antes de ingresar a la empresa.
- d) Todo trabajador está obligado a mostrar su pase de prevención del cliente al personal de vigilancia antes de ingresar a las instalaciones y portarlo en un lugar visible.

Uso de Vehículos.

- a) Es obligación de todos los conductores autorizados por RUNA HUANAC : Tener la licencia de conducir de acuerdo al vehículo que conduce, conocer y cumplir con las leyes y Reglamentaciones de Tránsito vigentes.
- b) Estar certificados en Curso de Manejo Defensivo



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

- c) Realizar la inspección pre operacional del vehículo a diario y dejarla registrada en el check list.
- d) Apagar el motor del vehículo al proveerse de combustible.
- e) No conducir bajo los efectos del alcohol y/o drogas.
- f) No confiar el manejo del vehículo a personas no autorizadas.
- g) No abandonar los vehículos en la vía pública por ningún motivo.

VIII.- ESTÁNDARES DE CONTROL DE LOS PELIGROS EXISTENTES Y RIESGOS EVALUADOS

Para comunicar al personal de la empresa acerca de los riesgos del trabajo en las diferentes instalaciones, se cuenta con una Matriz de Riesgo operacionales, la cual comprende la representación gráfica de los peligros en un plano de distribución de las instalaciones.

La Matriz de Riesgos se actualizará por lo menos una vez al año ó cada vez que se produzcan cambios en las instalaciones, equipos o en los procedimientos de trabajo

Las actividades no rutinarias y las realizadas por subcontratistas, identificarán los riesgos a través de un análisis de seguridad en el trabajo AST.

SERVICIO Y HABILITADO DE LINEA			
TAREA	PELIGRO	RIESGO	MEDIDAS DE CONTROL
Inspección de área de trabajo	Mesa, línea, piso mojado	Golpes, caídas, tropiezos	Trabajo coordinado, uso de zapato antideslizante
Manipulación de frutas y verduras, preparación de jugos y refrescos	Cuchillo, licuadora, conexiones eléctricas	Cortes, electrocución	No realizar los cortes dirigidos hacia el cuerpo, mantenernos alejados de conexiones eléctricas en mal estado.
Servicio y habilitado al comedor	Línea, tabolas, agua caliente, piso mojado	Cortes, golpes, quemaduras	Trabajo coordinado, uso de guantes, uso de EPI.



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

Orden y limpieza	Mesas, sillas, cubiertos, tabolas, línea, piso	Cortes. Golpes, fractura	Trabajo coordinado, uso de guantes, zapato antideslizante
DESCONCHE Y LAVADO DE VAJILLAS			
TAREA	PELIGRO	RIESGO	MEDIDAS DE CONTROL
Separación de residuos orgánicos e inorgánicos, cubiertos, vajillas	Coche de traslado de bandejas, vajillas, cubiertos	Golpes, cortes, rasguños, incarse con los cubiertos	Trabajo coordinado
Traslado de vajillas, cubiertos a la zona de lavado	Coche de vajillas, vajillas	Cortes, golpes, caídas	Trabajo coordinado, zapato antideslizante
Manipulación de producto químico	Detergente químico	Irritación de la piel	Guantes de nitrilo,
Lavado de vajillas, cubiertos	Vajillas rotas	Cortes	Uso de guantes de nitrilo o superflex
Secado de vajillas, cubiertos	cubiertos	Incarse con los cubiertos	Uso de guantes de nitrilo
PANADERIA			
TAREA	PELIGRO	RIESGO	MEDIDAS DE CONTROL
Preparación de masa para pan	Maquina amasadora	Atrapamiento de manos	Bajar la guarda de seguridad antes de iniciar el funcionamiento de la máquina.
Horneado de pan	Horno	Quemaduras	Uso der guantes para horno.
Distribución del pan de panadería hacia la línea de servicio	Piso mojado, obstáculos en el trayecto	Caídas, golpes	Secar el piso, uso de zapatos antideslizante
Limpieza del área con productos químicos	Productos químicos	Dermatitis, irritación de la vista	Uso de guantes de nitrilo, lentes de seguridad, revisar hojas de seguridad MSDS.
COCINA CALIENTE			



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

TAREA	PELIGRO	RIESGO	MEDIDAS DE CONTROL
Corte de vegetales	Cuchillos	Cortes	Guante anticorte
Corte de carnes	Cuchillos	Cortes	Guante anticorte
Cocción de alimentos	Ollas calientes	Quemaduras	Uso de guantes para cocina caliente
COCINA FRIA			
TAREA	PELIGRO	RIESGO	MEDIDAS DE CONTROL
Corte de frutas, verduras	Cuchillos	Cortes	Guante anticorte
Licuada de frutas para jugo	Licuada	Eléctrico	Revisar conexiones en buen estado, no trabajar cuando haya cables pelados
Preparación de ensaladas	Tabolas	Cortes con filo de tabola	Evitar coger los filos de tabolas
HOTELERIA			
TAREA	PELIGRO	RIESGO	MEDIDAS DE CONTROL
Limpieza de oficinas, pasadizos y baños	Obstáculos, piso mojado	Caídas, golpes	Mantener cerrado cajones de escritorios, secar el piso, señalizar el área
Manipulación de productos químicos	Productos químicos	Irritación de vista, alergias	Uso de lentes, uso de guantes
Limpieza de módulos, de carpas	Obstáculos, piso mojado	Caídas, golpes	Orden y limpieza, secar el piso, utilizar señalizaciones de piso mojado
Tendido de camas	Camas, obstáculos, piso mojado	Golpes, caídas	Orden y limpieza
Limpieza de Sala de recreación	Desorden	Caídas, golpes	Orden en el área
Recojo de ropa sucia de módulos staff	Obstáculos en el piso	Caídas, golpes	Orden en el área



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

LAVANDERIA			
TAREA	PELIGRO	RIESGO	MEDIDAS DE CONTROL
Recepción de ropa sucia	Ropa sucia	Irritación de la piel por alergias	Utilizar guantes para la manipulación de prendas
Etiquetado, engrampado de prendas	Grapas, engrampador	Pinchazos	No colocar los dedos entre las grapas
Lavado de prendas	Lavadora industrial	Atrapamiento de manos	Mantener apagado la lavadora mientras se echa las prendas a lavar
Secado de prendas	Secadora industrial	Atrapamiento de manos	Apagar la secadora, antes de retirar las prendas
Planchado de prendas	Plancha	Quemaduras	Cuando no se utiliza la plancha, Dejarla encima del planchador y no encima de la prenda
Despacho de prendas limpias	Ropa	Irritación de la piel por alergias	Utilizar guantes para la manipulación de prendas
ALMACENES			
TAREA	PELIGRO	RIESGO	MEDIDAS DE CONTROL
Carga y descarga de materiales, insumos	Puertas de camión, manija de puerta de camión	Aplastamiento de dedos	Coger de la manija de la puerta
Despacho de productos, materiales, insumos	Desorden	Caídas, golpes	Mantener el área limpia y ordenada
Manipulación y descarga de balones de gas	Balones de gas	Golpes, explosión	Realizar la descarga, entre 2 o 3 personas y de manera coordinada, evitar que el balón se golpee o que se rompa su seguro



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

Manipulación de productos químicos	Productos químicos	Alergias, intoxicación	Consultar las hojas de seguridad MSDS
------------------------------------	--------------------	------------------------	---------------------------------------

A. INSTALACIONES CIVILES

- Organizar las superficies de trabajo (escritorios, mesas, módulos de cómputo) para que pueda disponer de una manera cómoda y segura su equipo y otros elementos de trabajo.
- Con relación a los útiles, equipos de trabajo, áreas y materiales en general se debe tener en consideración lo siguiente:
 - ✓ Colocar los implementos de trabajo que utiliza con mayor frecuencia, al fácil alcance de las manos.
 - ✓ No colocar materiales u objetos en la parte superior de armarios, archivadores o muebles, donde sea difícil alcanzarlos.
 - ✓ No ubicar cajas, papelería u otro tipo de elementos debajo de escritorios, o mesa de trabajo, puesto que esta situación limita el acercamiento al plano de trabajo e incrementa la fatiga.
 - ✓ Mantener en el escritorio ó mesa de trabajo sólo lo indispensable para realizar las actividades.
- Asegurarse de que su plano de trabajo no esté a un nivel demasiado alto o demasiado bajo. La altura del los escritorios o mesas de trabajo debe permitir el suficiente espacio para acomodar las piernas, de modo de facilitar los ajustes de la postura para el trabajador sentado, a la vez que también permite un ángulo de 90° a 100° para el codo.
- La cadena de procesos debe garantizar que los productos no estén expuestos a ningún tipo de contaminación. Y evitar desorden en las áreas de trabajo.
- Mantener las zonas de tránsito (pasillos dentro de oficinas, corredores, áreas comunes, vías de evacuación) libres de obstáculos (cajas, papeles, cables sueltos, etc.)
- Mantener los cajones de escritorios, archivadores, armarios, etc. Siempre cerrados a fin de evitar golpes o caídas del personal.
- Evitar ingerir alimentos cerca de los equipos electrónicos.
- Deberá mantenerse las áreas de trabajo limpias y ordenadas. La basura y los desperdicios deberán ser colocados en los recipientes correspondientes.
- No sobrecargar los tomacorrientes utilizando enchufes múltiples u otros dispositivos eléctricos.
- No correr dentro de los campamentos y en ningún área de trabajo.
- Todas las herramientas y utensilios de trabajo deben ser seleccionados teniendo en cuenta su función, tamaño, peso y estado o condiciones de uso.
- Al terminar la tarea diaria, dejar apagadas y desconectadas las computadoras, equipos, radios y todo aquello que funcione con energía eléctrica.
- Utilizar los pasamanos cada vez que se transite por una escalera. No correr en las escaleras.

Pasillos y pasadizos

- Los pasillos y pasadizos cumplirán con lo siguiente:
- En los lugares de trabajo, el ancho de los pasillos entre máquinas, instalaciones y rumas de materiales, no será menor de 60 cm.



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

- c) Donde no se disponga de acceso inmediato a las salidas, se dispondrá, en todo momento, de pasajes o corredores continuos y seguros, que tengan un ancho libre no menor de 1.12 m, y que conduzcan directamente a la salida.

Escaleras, puertas y salidas

- a) Las escaleras, puertas y salidas cumplirán lo siguiente:
- b) Todos los accesos de las escaleras que puedan ser usadas como medios de salida, serán marcados de tal modo que la dirección de egreso hacia la calle sea clara.
- c) Las puertas de salida se colocarán de tal manera que sean fácilmente visibles y no se permitirán obstrucciones que interfieran el acceso o la visibilidad de las mismas.
- d) Las salidas estarán instaladas en número suficiente y dispuestas de tal manera que las personas ocupadas en los lugares de trabajo puedan abandonarlas inmediatamente, con toda seguridad, en caso de emergencia.
- e) El ancho mínimo de las salidas será de 1.12 m.
- f) Las puertas y pasadizos de salida, serán claramente marcados con señales que indique la vía de salida y estarán dispuestas de tal manera que sean fácilmente ubicables.

B. SERVICIOS HIGIÉNICOS

En la dotación de servicios higiénicos se tendrá en cuenta lo siguiente:

- a) La empresa dotará de servicios higiénicos adecuados y separados para cada sexo.
- b) Los servicios higiénicos se mantendrán permanentemente limpios y desinfectados.
- c) Todo ambiente de trabajo estará provisto de servicios higiénicos de acuerdo a la norma del Reglamento Nacional de Edificaciones. Así mismo la Empresa dotará los baños de útiles de aseo como jabón líquido y papel higiénico.
- d) Se tomarán las medidas de seguridad al momento de emplear materiales de limpieza y desinfectantes.
- e) Todos los envases y recipientes de productos de limpieza y desinfección serán debidamente rotulados según sistema NFPA.
- f) Es responsabilidad de la empresa mantener en buen estado de conservación de los lavamanos y es responsabilidad de los trabajadores el utilizarlos adecuadamente.
- g) La Empresa velará por el suficiente suministro y dotación de agua potable. El agua deberá reunir las condiciones fijadas por las autoridades sanitarias y su potabilidad deberá controlarse periódicamente.
- h) Todos los ambientes de trabajo deberán mantenerse siempre en condiciones normales de limpieza.

C. RESGUARDO DE MAQUINAS Y EQUIPOS

El lavado y desinfección por medio de equipos automáticos debe ajustarse a las instrucciones del fabricante, cuidando de usar agua potable en cantidad necesaria. Los equipos deben lavarse al final de la jornada, desarmando las partes removibles

Del Almacén de Frío



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

Los cuartos de frío deben ser apagados toda vez que el trabajador deba ingresar en ellos, se debe instalar avisos de persona Dentro- fuera para asegurar que no quede atrapados.

El personal debe usar todos los elementos de protección personal para ingresar en el cuarto frío.

En los equipos de refrigeración, la temperatura debe calcularse según el tamaño y cantidad de alimento almacenado, de tal manera que el alimento tenga una temperatura menor a 5° C al centro de cada pieza.

En caso de conservar alimentos congelados, el establecimiento debe contar con equipos de congelación para que los alimentos tengan una temperatura de -18° C al centro de cada pieza. Los alimentos que se reciben congelados deben almacenarse congelados.

Los equipos de frío deben estar dotados de termómetros, colocados en un lugar visible y ser calibrados periódicamente. Las temperaturas de estos equipos deben ser registradas diariamente como parte del control.

D. PELIGROS DERIVADOS DEL USO DE CORRIENTE ELECTRICA

En las instalaciones eléctricas se tendrán en cuenta lo siguiente:

- a) Todos los equipos e instalaciones eléctricas, serán de una construcción, instalados y conservados de manera que prevenga el peligro de contacto con los elementos a tensión y el riesgo de incendio.
- b) Se evitará en lo posible efectuar instalaciones eléctricas provisionales, las que en todo caso se instalarán en forma definitiva en la brevedad posible.
- c) Los conductores eléctricos susceptibles de deteriorarse deberán estar empotrados y/o protegidos con una cubierta de caucho duro u otro material equivalente.
- d) El material para todos los equipos eléctricos se seleccionará con relación a la tensión de trabajo, la carga y todas las condiciones particulares de su utilización.
- e) Cuando se lleven a cabo reparaciones estructurales, extensiones o trabajo de pintado de los ambientes de la empresa, se adoptará las medidas necesarias para la protección.
- f) Solo podrá obtenerse energía eléctrica de toma corrientes, empleándose para tal fin enchufes adecuados, sólidos y aislados; quedando terminantemente prohibido efectuar conexiones directamente de los tableros de distribución, llaves generales y/o emplear alambres sueltos para dichas conexiones.
- g) Para trabajos eléctricos de cualquier índole, sólo se utilizarán alicates, destornilladores, saca fusibles y demás herramientas manuales similares, que se encuentren debidamente aisladas.
- h) Antes de proceder a dar mantenimiento o reparación de algún equipo o instalación eléctrica, deberá desenergizarse el circuito correspondiente y se deberá asegurar el aislamiento con letreros en las áreas de trabajo y bloqueo de los tableros y sobre todo en la caja de llaves, mientras dure el mantenimiento.



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

Conexión a tierra y protección de los elementos a tensión.

En relación a la conexión a tierra y protección de elementos a tensión se cumplirá con lo siguiente:

- a) Los equipos y elementos eléctricos, portátiles o no, tendrán conexión a tierra por medio de conductores que serán de baja resistencia y suficiente capacidad para poder llevar con seguridad el caudal más fuerte de corriente.
- b) Se dispondrá de conmutadores para desconectar los equipos de conductores eléctricos de la fuente de abastecimiento, cuando haya que efectuar trabajos de reparación o conservación en dichos equipos o conductores.

E. ACCIDENTES DE TRABAJO

Suceso repentino que sobreviene por causa o con ocasión del trabajo y que produce pérdidas tales como lesiones personales, daños materiales, derroches y/o impacto al medio ambiente; con respecto al trabajador le puede ocasionar una lesión orgánica, una perturbación funcional, una invalidez o la muerte. Asimismo se consideran accidentes aquellos que:

- Interrumpen el proceso normal de trabajo.
- Se producen durante la ejecución de órdenes del Empleador, o durante la ejecución de una labor bajo su autoridad, aún fuera del lugar y horas de trabajo.

Causalidad de los Accidentes

Todo accidente de trabajo que se presente debe ser investigado, basado en el procedimiento y la Matriz de análisis de causa ya establecidos, con el fin de identificar las causas inmediatas y las causas raíz

Se busca identificar los factores propios de trabajador y los relacionados con el trabajo y los procedimientos de RUNA HUANAC

Notificación de Accidentes e Incidentes



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

Para la notificación de accidentes se procede como sigue:

- a) Todo incidente o accidente de trabajo por más leve que este sea, deberá ser informado a la brevedad posible al Jefe inmediato y supervisor.
- b) El Supervisor o Jefe del área diligenciará el formato "Reporte de accidentes", por todo lo ocurrido en su área aún cuando éste no haya dado por resultado una lesión en un plazo máximo de dos horas, luego de ocurrido el accidente, para obtener información relacionada con los actos y condiciones sub estándares.
- c) El supervisor debe comunicar al departamento de HSEQ y este a su vez a la gerencia y el cliente.
- d) En caso de diagnosticarse una enfermedad ocupacional, un accidente o incidente, la Unidad Orgánica notificará a la autoridad competente de acuerdo a Ley.

Investigación de Accidentes

El Jefe del Área donde pertenece el accidentado deberá realizar una investigación cuando se hayan producido daños a la salud del trabajador o cuando aparezcan indicios de que las medidas de prevención resultan insuficientes, a fin de detectar las causas y tomar las medidas correctivas al respecto.

Toda investigación de accidentes deberá comprender:

- a) Descripción de lo sucedido.
- b) Reunión de la información pertinente (hechos, testigos).
- c) Determinación de las causas (actos y condiciones sub estándar).
- d) Análisis de los hechos.
- e) Conclusiones.
- f) Recomendaciones correctivas (a corto y/o largo plazo)
- g) Llenado del formato de investigación de accidentes.
- h) Durante la investigación del accidente de trabajo, las enfermedades ocupacionales e) incidentes, ya sea por parte de la autoridad competente o por otros organismos autorizados, estarán presentes tanto los representantes del empleador, como de los trabajadores.

Estadísticas de Accidentes de Trabajo.



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

Las estadísticas de los accidentes de trabajo que ocurran en la empresa servirá para evaluar la efectividad de los programas de seguridad trazados, así como para planificar las futuras actividades.

Se definirá como índice de frecuencia al número de accidentes fatales o incapacitantes por cada millón de horas hombre trabajadas.

$$F = \frac{(\text{Número de lesiones ocurridas}) \times 1'000, 000 \text{ horas}}{\text{Horas de trabajo}}$$

Se definirá como índice de gravedad al total de tiempo perdido por un millón de horas trabajadas.

$$G = \frac{(\text{Número de días perdidos por los accidentados}) \times 1'000, 000 \text{ horas}}{\text{Horas Hombre trabajadas}}$$

F. ENFERMEDADES OCUPACIONALES

Enfermedad Profesional es todo estado patológico permanente o temporal que sobreviene al trabajador como consecuencia directa de la clase de trabajo que desempeña o del medio que se ha visto obligado a trabajar.

No se considera enfermedad profesional a las enfermedades de carácter endémico que prevalecen de acuerdo a la temporada o estación por ejemplo: gripes, cólera, pulmonía, hepatitis, etc., y se adquieren en el lugar donde se presta el trabajo.

Se considerarán enfermedades profesionales aquellas que son causadas por agentes físicos como sigue:

Por ruido: Los daños producidos por el ruido generalmente no tiene cura y originan hipoacusia y afecciones de los músculos, tendones de los huesos, etc.

Por temperatura: La exposición del trabajador a situaciones termo ambientales extremas, ocasiona deshidratación, neumonía, agotamiento insolación, etc.

Enfermedades Causadas por agentes químicos



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

Se considerarán enfermedades profesionales aquellas que son causadas por los siguientes agentes químicos:

Por el uso de sustancias químicas, intoxicaciones, alergias dermatitis, etc. Por la presencia de polvos en el ambiente: neumoconiosis. Dermatitis.

Enfermedades causadas por agentes biológicos

Se considerarán enfermedades profesionales aquellas que son causadas por los siguientes agentes biológicos: hongos, virus, bacterias y parásitos.

Enfermedades causadas por agentes ergonómicos

Se considerarán enfermedades profesionales aquellas que son causadas por los siguientes factores ergonómicos:

Los causados por el empleo de fuerza excesiva, tareas repetitivas, duración prolongada y mala postura: lesiones al sistema músculo-esquelético, etc.

Semestralmente se efectuarán inspecciones y evaluaciones de seguridad y salud.

Enfermedades Causadas por Agentes Psicológicos y Sociales

Se considerarán enfermedades profesionales aquellas que son causadas por los siguientes factores psicológicos y sociales:

a) Carga mental de trabajo. - Es el esfuerzo intelectual que debe realizar el trabajador, para hacer frente a un conjunto de demandas que recibe en el curso de realización de su trabajo; se aprecia a partir de los indicadores: presión de tiempo, esfuerzo de atención, fatiga mental.

b) Definición de rol. - Se deriva del rol laboral y organizacional otorgado a cada trabajador, se evalúa a partir de:

- Ambigüedad de rol. - Se produce cuando se da al trabajador una inadecuada información sobre su rol laboral u organizacional.
- Conflictividad de rol. - Existen demandas de trabajo conflictivas o que el trabajador no desea cumplir. Pueden darse conflictos entre demandas de la organización y los valores y creencias propias, conflictos entre obligaciones de distinta gente y conflicto entre las tareas muy numerosas o muy difíciles.

c) Autorrealización. - Es la apreciación del trabajador con respecto a las posibilidades que el medio laboral favorezca el desarrollo personal y profesional contingente a la tarea y con perspectiva de futuro. se considera aspectos relativos a la promoción, formación, información y estabilidad en el empleo.

d) Relaciones personales. - Se refiere a la calidad de las relaciones personales de los trabajadores: comunicación con otros trabajadores.



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

e) Turnos rotativos. - El ser humano es un ser diurno y al alterar el ciclo sueño vigilia (ritmo circadiano) se darán alteraciones en la salud.

f) Estrés laboral. - Conjunto de fenómenos que suceden en el organismo del trabajador con la participación de agentes estresantes lesivos derivados directamente del trabajo o que con motivo de este pueden afectar la salud física y mental del trabajador.

G. Servicios de Salud Preventiva en el Trabajo

La empresa realizará todos los esfuerzos necesarios para que los servicios de salud preventiva que brinda a los trabajadores sean eficientes y ayuden a la preservación de la salud y del bienestar físico y psicológico de los mismos.

El Comité Paritario podrá recomendar a la empresa que brinde un servicio de salud preventiva de calidad, que asegure el bienestar de los trabajadores.

IX.- PREPARACIÓN Y RESPUESTA PARA CASOS DE EMERGENCIA

RUNA HUANAC cuenta con un plan general de emergencias que le permite responder de manera oportuna frente a las diferentes situaciones que puedan poner en peligro la integridad de sus trabajadores. En la empresa se realizarán ejercicios de modo que se simulen las condiciones de un incendio, además se adiestrará a las brigadas.

A. PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN CONTRA INCENDIOS

Prevención contra Incendios.

Frente a incendios se deberá tener en cuenta las consideraciones generales siguientes:

a) Evitar que se produzcan incendios mediante la prevención.

b) Mantener su área de trabajo limpia, ordenada y en lo posible libre de materiales combustibles y líquidos inflamables.



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

- c) No obstruir las puertas, vías de acceso o pasadizos, con materiales que puedan dificultar la libre circulación de las personas.
- d) Informar a su Superior sobre cualquier equipo eléctrico defectuoso.
- e) Familiarizarse con la ubicación y forma de uso de los extintores y grifos contra incendios.
- f) En caso de incendio de equipos eléctricos desconectar el fluido eléctrico. No usar agua ni extintores que lo contengan si no se ha cortado la energía eléctrica.
- g) En caso de amagos de incendios, la operación de emplear un extintor dura muy poco tiempo; por consiguiente, utilícelo bien, acérquese lo más que pueda, dirija el chorro a la base de las llamas, no desperdicie su contenido.
- h) Obedecer los avisos de seguridad y familiarícese con los principios fundamentales de primeros auxilios.

Instrucciones Generales en caso de Incendio

- a) Cuando se detecta un incendio, actuar de inmediato y sin perder la calma.
- b) Dar el aviso del incendio inmediatamente.
- c) Si algún empleado se encuentra en el lugar del incendio y está entrenado para usar el equipo extintor apropiado deberá utilizarlo.
- d) Por ningún motivo, el personal que no tenga puesto asignado o responsabilidad específica en la Organización de Emergencia, deberá dirigirse al lugar del incendio o abandonar su puesto de trabajo salvo los casos que comprometan su integridad.

Extintores portátiles

En el uso de extintores portátiles se tendrá en cuenta lo siguiente:

- a) La Gerencia de Seguridad, dotará de extintores de incendios adecuados al tipo de incendio que pueda ocurrir, considerando la naturaleza de los procesos y operaciones.
- b) Los aparatos portátiles contra incendios, serán inspeccionados por lo menos una vez por mes y serán recargados cuando se venza su tiempo de vigencia o se utilicen, se gaste o no toda la carga.
- c) Todos los extintores se colocarán en lugares visibles, de fácil acceso, los que pesen menos de 18 Kg., se colgarán a una altura máxima de 1.50 m medidos del suelo a la parte superior del extintor, al centro de un recuadro pintado con franjas oblicuas de colores alternados rojo o blanco (o amarillo) de aproximadamente 20 cm. de ancho y 45° de inclinación.
- d) Cuando ocurran incendios que implican equipos eléctricos, los extintores para combatirlos serán de polvo químico seco; en caso de que el incendio sea en el centro de cómputo, laboratorios o implique equipos sofisticados, se utilizarán los extintores de gas carbónico (CO₂), para su extinción.



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

- e) Deberán estar en condiciones operativas, ubicados en sitios accesibles, visibles, debidamente señalizados.

Instrucciones generales en caso de movimientos sísmicos.

- a) Mantener la calma y controlar el pánico.
- b) Durante el movimiento y en oficinas, protegerse junto a un escritorio, columna mesa o armario.
- c) Alejarse de las ventanas y puertas de vidrio. Mantenerse listo para evacuar.
- d) Tener calma y orientar al personal visitante que está atendiendo para que se dirijan a los puntos de reunión.
- e) Pasado el sismo, la evacuación es automática hacerlo de acuerdo a las instrucciones de los responsables de evacuación, dirigiéndose al punto de reunión Si se percató de algún empleado herido informar.

Instrucciones Generales para la Evacuación

- a) Dada la orden de evacuación, la movilización hacia el punto de reunión asignado comenzará en orden, sin correr, sin gritar.
- b) Deberá mantenerse la calma y obedecer las instrucciones de los responsables de Evacuación.
- c) Obedecer la voz de mando de quien conduzca la evacuación. No empujarse ni dar indicaciones o realizar comentarios, que puedan ocasionar incertidumbre, confusión y temor al resto.
- d) Deberá evitarse el pánico en todo momento.
- e) Al evacuar, tener cuidado de objetos que puedan caer o encontrarse en la ruta.
- f) El personal femenino que usa zapatos de taco alto debe tener especial cuidado al caminar.
- g) Si un evacuante cae, deberá tratar de levantarse inmediatamente para no provocar mas caídas y amontonamientos, quienes se hallen cerca, deberán ayudar a levantarlo rápidamente.
- h) Al llegar al punto de reunión, cada oficina o área se constituirá en orden para verificar si todos se encuentran presentes.
- i) Si en los momentos de evacuación se encuentra a visitantes, indicarles la ruta y acciones a seguir para su rápida evacuación, al punto de reunión.

B. SITUACIONES RIESGOSAS NO CONTROLABLES.

Se declararán situaciones de emergencia en las instalaciones de la empresa ante situaciones riesgosas que no son posibles de controlar o se han salido de control de la brigada de emergencias u otras formas de organización interna, y que ponga en riesgo la seguridad y salud del personal:

- Incendios que han evolucionado desfavorablemente.



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

- Desplome de edificaciones o estructuras.
- Intervenciones ilícitas (secuestro, vandalismo, conmoción social, acciones terroristas)

C. SISTEMAS DE ALARMA Y SIMULACROS DE INCENDIO

Mecanismos de alertas

La empresa cuenta con servicios de comunicación:

- a) Directorio telefónico de instituciones especializadas
- b) Medio de comunicación. Telefónico, celular.

En instalaciones del cliente, el personal de RUNA HUANAC está sujeto a seguir los procedimientos establecidos por él. De tal manera que el plan de emergencias de nuestra empresa siempre esta conforme a dichos procedimientos y las condiciones del lugar.

Programación de simulacros de lucha contra incendios

a) Se elaborará un programa de simulacros de lucha contra incendios, los que deben efectuarse, por lo menos, una vez al año con la participación de todo el personal, debiendo coordinarse, si fuera necesario, con las autoridades locales como la Policía Nacional del Perú, el Cuerpo General de Bomberos del Perú, entre otros. Antes de la ejecución de este programa, se deberá verificar la operatividad de los extintores.

b) En aquellos lugares donde se ha proporcionado extintores de incendios portátiles para el uso de los trabajadores, la empresa también proporcionará un programa educativo para familiarizar a los trabajadores con los principios generales del uso del extintor de incendios y los riesgos involucrados con la fase inicial de la lucha contra el fuego.

c) En los incendios de tipo B y C, no se usará agua para extinguirlos, debiéndose usar otros medios de extinción adecuados.

d) El personal de la empresa deberá recibir instrucciones de uso de los extintores por lo menos una vez al año.

Equipo de respuesta



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

La empresa mantiene los siguientes organismos internos:

- a) Brigadas
- b) Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo
- c) La empresa cuenta con extintores de incendios, tomas de agua, vehículos de transporte para apoyar la seguridad y la atención de emergencias.

D. DISPOSICION DE RESIDUOS

RUNA HUANAC , cuenta con un procedimiento para manejo adecuado de los residuos sólidos, desde su generación hasta la recolección y en algunos casos la disposición final.

CLASIFICACION: Los residuos generados deben ser separados y clasificados en el sitio de origen por cada persona que labora en las diferentes áreas. Teniendo en cuenta sus características se disponen en recipientes adecuados, según el código de colores establecido.

ALMACENAMIENTO TEMPORAL: Todo residuo será transportado al centro de acopio, Cada sitio de trabajo debe tener un área disponible, cubierta y amplia para almacenar los residuos durante varios días. La ubicación y tamaño será determinada por el cliente.

TRANSPORTE: Los residuos debidamente clasificados en los tachos de colores, serán transportados por el Cliente.

DISPOSICION FINAL. La disposición final de los residuos es responsabilidad del Cliente.

E. AVISOS Y SEÑALES DE SEGURIDAD

- a) El objeto de las señales de seguridad será el hacer conocer, con la mayor rapidez posible, la posibilidad de accidente y el tipo de accidente y también la existencia de circunstancias particulares.
- b) Los colores y símbolos en las señales de seguridad se aplicarán como sigue:



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

- a. Las señales de prohibición serán de color de fondo blanco, la corona circular y la barra transversal serán rojos, el símbolo de seguridad será negro y se ubicará al centro y no se superpondrá a la barra transversal, el color rojo cubrirá como mínimo el 35% del área de la señal.
- b. Las señales de advertencia tendrán un color de fondo amarillo, la banda triangular será negra, el símbolo de seguridad será negro y estará ubicado en el centro, el color amarillo cubrirá como mínimo el 50% de área de la señal.
- c. Las señales de obligatoriedad tendrán un color de fondo azul, la banda circular será blanca, el símbolo de seguridad será blanco y estará ubicado en el centro, el color azul cubrirá como mínimo el 50% del área de la señal.
- d. Las señales informativas se realizarán en equipos de seguridad en general, rutas de escape, etc. las formas de las señales informativas serán cuadradas o rectangulares, según convengan a la ubicación del símbolo de seguridad o el texto, el símbolo de seguridad será blanco, el color de fondo será verde, el color verde cubrirá como mínimo el 50% del área de la señal.





POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

E. PRIMEROS AUXILIOS

Primeras acciones de asistencia (ABC)

- ♦ Evaluación de la vía aérea: Mire hacia el pecho de la víctima con la vía aérea abierta y observe si hay movimientos respiratorios espontáneos.
- ♦ Evaluación de la Respiración: Escuche si hay ruidos respiratorios. Sienta en su rostro el aliento de la víctima como signo de respiración espontánea.
- ♦ Evaluación de la Circulación: Observar si existe pulso y circulación

Si la Víctima no Respira y No tiene Pulso Inicie masaje cardiaco

- ♦ Coloque la víctima en una superficie firme.
- ♦ Asegúrese de abrir la vía aérea.
- ♦ Coloque ambas manos sobre la víctima con los dedos por arriba de la zona donde las costillas se unen con el esternón
- ♦ Dar quince compresiones. Después, dar dos soplos lentos. Repita los ciclos de compresiones hasta que llegue la ambulancia.

Si la Víctima no puede Toser, Hablar o Respirar

- ♦ Aplicar presiones abdominales (si la víctima está consciente), colocar el puño de la mano justo arriba, pero no encima, del ombligo, y aplicar presiones rápidas hacia adentro y hacia arriba hasta que expulse el objeto.

Si la Víctima no Respira

- ♦ Dar respiración de salvamento colocando la víctima en posición
- ♦ Inclinar la cabeza hacia atrás y levantarle la barbilla.
- ♦ Apretar la nariz para que no salga el aire. Dar un soplo lentamente cada cinco segundos.
- ♦ Tape las fosas nasales con sus manos
- ♦ Ubique su boca sobre la de la víctima manteniéndola sellada.
- ♦ Sople como para inflar un globo lenta y suavemente 2 veces. Debe lograr que el pecho de la víctima se eleve con cada insuflación.

Si la Víctima no se puede Mover o una parte del Cuerpo



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

- ♦ No se debe permitir que se mueva la parte lesionada.
- ♦ Aplicar hielo a la lesión.
- ♦ Aplicar una férula: solamente si tiene que cambiar de lugar a la víctima sin causarle más dolor, manteniendo la posición en que se encontró.
- ♦ Como entablillar una lesión: para entablillar una lesión, sostenga el área lesionada por ambos lados del sitio de la lesión, se pueden utilizar materiales blandos tales como mantas dobladas, toallas, almohadas, vendas triangulares dobladas o una banda triangular atada en forma de cabestrillo.

Obstrucción de la vía aérea: Las causas más comunes son intentar tragar trozos grandes de alimentos, sin haberlos masticado bien, comer apurado, comer, correr o jugar con alimentos en la boca.

- ♦ **Si la persona está consciente**, explíquele que si respira suavemente facilita el paso del aire y tosiendo varias veces puede expulsar el cuerpo extraño.
- ♦ Si ve que está por perder la conciencia o ya la perdió comience la maniobra de **Heimlich**.
- ♦ Colóquese detrás de la persona con el puño del lado del pulgar en la parte media del abdomen por arriba del ombligo, tomando el puño con la otra mano.
- ♦ Comprima hacia atrás y arriba rápidamente en varias oportunidades
- ♦ Continúe hasta que el objeto se expulse o hasta que la persona quede inconsciente.
- ♦ **Si la persona está inconsciente** ubíquela sobre una superficie dura
- ♦ Incline la cabeza hacia atrás
- ♦ Coloque la base de la palma de la mano sobre el centro del abdomen por arriba del ombligo
- ♦ Aplique 10 compresiones
- ♦ Abra la boca y busque con sus manos el cuerpo extraño
- ♦ Si no funciona, continúe realizando compresiones abdominales y buscando el objeto extraño hasta que logre hacer entrar aire.
- ♦ Si comprueba que la persona presenta ya un paro cardiorrespiratorio (RCP) comience la RCP básica hasta que llegue ayuda médica.

Si la Víctima está Sangrando

- ♦ Cuando la hemorragia es severa se hará presión contra la herida con un apósito limpio.
- ♦ Se debe elevar el área lesionada si es que no existen huesos rotos.
- ♦ Se debe colocar una venda ajustada sobre el apósito.

Heridas Simples

- ♦ Descúbrala e identifíquela
- ♦ Lave con agua y jabón y luego antiséptico
- ♦ Cubra la herida
- ♦ No aplique remedios caseros



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

- ♦ Lávese las manos

Heridas y Hemorragias

- ♦ Lavar a presión con agua o solución salina.
- ♦ Si hay hemorragia hacer presión directa sobre la herida.
- ♦ Si es una extremidad y no está contraindicado, levantarla.
- ♦ No aplicar torniquete ni sustancias como: café, sal, telarañas, polvos con antibióticos.
- ♦ Cubra la herida con gasa limpia, no administrar ningún medicamento.
- ♦ Trasladar la víctima al médico.

Fracturas, Esquinces y Luxaciones

- ♦ Colocar hielo en la parte afectada.
- ♦ No realizar masajes.
- ♦ Si hay herida, se debe cubrir antes de inmovilizar.
- ♦ Inmovilizar la extremidad.
- ♦ Al inmovilizar verifique que el vendaje no interfiera con la circulación sanguínea.
- ♦ Trasladar la víctima al médico.

Lesiones de Columna Vertebral

- ♦ No movilizar al paciente.
- ♦ Inmovilizar el cuello.
- ♦ Mover el paciente en bloque.
- ♦ Acostar al paciente en una superficie rígida.
- ♦ Trasladar a un centro asistencial.

Quemaduras

- ♦ Por Origen Físico: Causadas por plancha, vapor de agua y agua caliente.
- ♦ Por Origen Químico y eléctrico

Se consideran quemaduras graves cuando:

- ♦ Cuando comprometen la vía aérea
- ♦ Ubicadas en la cabeza, cuello, manos, pies o genitales
- ♦ Las quemaduras en un niño o anciano
- ♦ Las quemaduras extensas o profundas



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

- ♦ Las quemaduras causadas por sustancias químicas, explosiones o electricidad

Si la Víctima Sufrió Quemaduras

- ♦ Elimine el origen de la quemadura, apague las llamas.
- ♦ Lave con grandes cantidades de agua fría. Cubra la quemadura con apósitos, vendas limpias y secas.
- ♦ No rompa las ampollas hasta que pueda ser visto por un médico. No colocar hielo o agua helada.
- ♦ Si la quemadura fue causada por sustancia química enjuague la piel o los ojos con grandes cantidades de agua fría.
- ♦ Si la quemadura fue causada por electricidad, asegúrese de que la electricidad esté suspendida (cortada).
- ♦ Si la víctima está inconsciente, verifique la respiración y el pulso. Cubra la quemadura con un apósito y vendas limpias y secas.
- ♦ Las quemaduras graves requieren atención médica inmediata.

Quemaduras por inhalación de vapores:

- ♦ Retira la víctima
- ♦ Cubra las quemaduras
- ♦ Si no hay respiración, inicie la respiración de salvamento, controlando signos vitales
- ♦ Traslade la víctima inmediatamente a un Centro Asistencial

Quemaduras por fuego

- ♦ Si se encuentra corriendo, deténgala y apague el fuego
- ♦ Hágala rodar por el piso
- ♦ Afloje y retire las ropas que no están adheridas
- ♦ Aplique solución salina
- ♦ Cubra la zona quemada con compresa y venda floja
- ♦ Traslade la víctima a un Centro Asistencial

Quemaduras por congelación

- ♦ Retire la víctima del lugar
- ♦ Afloje las ropas para facilitar la circulación
- ♦ Si están congelados los pies, no le permita caminar
- ♦ Eleve gradualmente la temperatura de los sitios de lesión, usando para ello agua tibia
- ♦ Si está consciente darle bebidas calientes dulces



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

- ♦ Abríguela lo mejor posible
- ♦ Eleve la parte afectada
- ♦ No aplique ungüentos ni otros medicamentos
- ♦ No de masajes en área afectada
- ♦ Si hay ampollas, NO las rompa
- ♦ Vende el área con apósitos estériles

En calor excesivo

- ♦ Lleve la persona a un lugar fresco y aireado
- ♦ Afloje la ropa ajustada. Airee a la persona, aplique toallas húmedas
- ♦ Déle de beber suero oral o agua fresca
- ♦ Si presentan calambres NO le de masajes
- ♦ Si la temperatura corporal no le baja y aumenta la deshidratación, llévela rápidamente a un Centro Asistencial

Intoxicaciones en los ojos

- ♦ Lave mínimo por 15 minutos, evite el contacto del ojo sano con la sustancia toxica.

Intoxicaciones a través de la piel

- ♦ Elimine la sustancia tóxica
- ♦ Retire la ropa mojada. Continúe bañándola con abundante agua y jabón
- ♦ Cubra quemaduras
- ♦ Mantenga vías respiratorias libres
- ♦ Traslade pronto

Botiquines de primeros auxilios

En todo centro de trabajo, se dispondrá obligatoriamente de botiquines de primeros auxilios debidamente implementados.

No	ELEMENTO
1	ALGODÓN
2	CURITAS
3	ESPARADRAPO



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

4	GASA
5	ISODINE SOLUCION
6	ISODINE ESPUMA
7	SUERO FISIOLOGICO INTRAV.
8	TIJERAS PEQUEÑAS
9	VENDAS ELASTICA
10	BAJALENGUAS
11	GUANTES QUIRURGICOS O ESTERIL
12	TERMOMETRO
13	TAPABOCAS
14	JERINGA

Por la presente declaro haber recibido de RUNA HUANAC , un ejemplar del Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo.

Asimismo, me comprometo y responsabilizo a leer esta información, entender el contenido, cumplir la política, normas y reglas que contiene.

Firmo en señal de conformidad y recepción.

Apellidos y nombres: _____

Área: _____ Fecha: _____

Firma: _____

DESGLOSE AQUÍ



POSTILLON FLORES YUDITH MAGALI

Servicio de Alimentación Colectiva, Alojamiento, Limpieza, Lavandería y Recreación

Por la presente declaro haber recibido de RUNA HUANAC , un ejemplar del Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo.

Asimismo me comprometo y responsabilizo a leer esta información, entender el contenido, cumplir la política, normas y reglas que contiene.

Firmo en señal de conformidad y recepción.

Apellidos y nombres: _____

Área: _____ Fecha: _____

Firma: _____